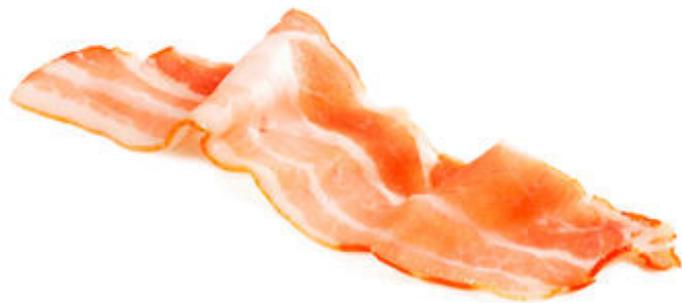




< retour

Charcuterie

Bacon



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Porc

Le bacon est du porc salé, généralement fumé, habituellement vendu en fines tranches. Le bacon sauté ou grillé fait souvent partie du repas matinal, notamment en Amérique du Nord; on le sert traditionnellement avec des œufs.

Bien égoutter le bacon cuit sur du papier absorbant avant de le servir.

Bacon tranché : Le bacon provient le plus souvent du flanc (bacon tranché)

Bacon de dos : Il peut également provenir de la longe (dos) (bacon de dos) de porc.

COMMENT CHOISIR ?

Ne pas confondre le bacon anglais qui est en réalité le lard de poitrine maigre, fumé ou demi-sel coupé en tranches et le bacon français qui est de l'échine de porc fumé.

QUE FAIRE AVEC ?

Le bacon se marie bien avec les œufs; il est souvent mis dans les quiches, les omelettes, les crêpes, les salades et les vinaigrettes. Il existe des substituts de bacon à base de protéines de soya hydrolysées généralement utilisés sous forme de granules; ils contiennent divers additifs qui leur confèrent goût et couleur. On les utilise pour aromatiser notamment soupes, salades, vinaigrettes, trempettes et divers autres mets préparés.

COMMENT PRÉPARER ?

Le bacon peut être grillé ou sauté. Il est préférable de le cuire à feu doux ou pendant moins de 10 min en égouttant le gras qui s'accumule, car la cuisson à feu vif accélère la formation des nitrosamines, résultant d'une réaction du gras à la chaleur.

COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Le bacon emballé sous vide se conserve au réfrigérateur jusqu'à la date de péremption indiquée sur l'emballage ; une fois celui-ci ouvert, le bacon se conserve environ 1 semaine au réfrigérateur. Il peut être congelé 1 à 2 mois mais perd un peu de saveur.

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

Le bacon est riche en gras et en sodium (environ 1 600 mg/100 g, cuit) et contient également du nitrite de sodium; cet additif contribue au goût et à la couleur rose typiques des viandes saumurées. Il inhibe également le développement de bactéries dont le Clostridium botulinum, qui peut causer un empoisonnement alimentaire grave. Son utilisation est toutefois controversée car sous certaines conditions, il peut se transformer en nitrosamines, substances réputées cancérigènes.

calories

116
kcal

protéines

23,00
g

glucide

0,70
g

lipide

2,30
g

sodium

1 260,00
mg

* Source de données :
AFSSA



HISTOIRE

Le mot «bacon» est dérivé de bakko, un terme du vieux français signifiant «jambon»; en Europe, le mot «baconique», maintenant désuet, désigna longtemps un grand repas où seuls des plats de porc étaient servis.

Pomme de terre en double cuisson [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Nachos au bacon, oeuf et saucisse [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Poêlée ensoleillée [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Truffes au chocolat et au bacon [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

Croustade feuilletée au fromage et bacon [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

Choux de bruxelles rôtis au bacon et à la sauge [8]

[En savoir plus \[8\]](#)

Haricots blancs à l'américaine [9]

[En savoir plus \[9\]](#)

Salade d'oeufs, saumon fumé et bacon

[10]

[En savoir plus \[10\]](#)

Quiche lorraine sans pâte [11]

[En savoir plus \[11\]](#)

Soupe de haricots rouge et bacon [12]

[En savoir plus \[12\]](#)

1

2

[13]



[13]

dernier »

[13]

Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15048>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15048>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/pomme-de-terre-en-double-cuisson>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/nachos-au-bacon-oeuf-et-saucisse>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/poelee-ensoleillee>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/truffes-au-chocolat-et-au-bacon>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/croustade-feuilletee-au-fromage-et-bacon>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/choux-de-bruxelles-rotis-au-bacon-et-la-sauge>

[9] <https://www.qooq.com/recipes/haricots-blancs-lamericaine>

[10] <https://www.qooq.com/recipes/salade-doeufs-saumon-fume-et-bacon>

[11] <https://www.qooq.com/recipes/quiche-lorraine-sans-pate>

[12] <https://www.qooq.com/recipes/soupe-de-haricots-rouge-et-bacon>

[13] <https://www.qooq.com/ingredients/bacon?page=1>